ନାଶଗଣ୍ଠ ।

—:*:—

ଶ୍ରୀ ନୀଳମଣି ବିଦ୍ୟାରତ୍ନଙ୍କ

ଦ୍ୱାରା ସମ୍ପାଦିତ

ଏବଂ

ପୁରୀ ଧାମସ୍ଥ ରାଧାକାନ୍ତ ମଠର ମହାନ୍ତ
ଶ୍ରୀ ଯୁକ୍ତ ଶ୍ରୀ ରାଧାକୃଷ୍ଣ ଦାସ ଗୋସ୍ୱାମୀ
ମହୋଦୟଙ୍କ ଆନୁକୂଲ୍ୟରେ
ପ୍ରକାଶିତ ।

—o*o—

CUTTACK
Printed by the Cuttack Printing
Company Limited.

1914.

ମୂଲ୍ୟ ୮ ୦ ୵ ଏକଅଣାମାତ୍ର ।

ନାଶପତ୍ର ।

ତମାଖୁ ପିକା, ନାସ, ଚୂନପତ୍ର, ଗୁଡ଼ାଖୁ, ଗୁଣ୍ଡି ଆଦି ନାନାନାମରେ ନାନାଆକାର ଧାରଣକରି ଦେଶର ଆବାଲବୃଦ୍ଧ ଜନସାଧାରଣଙ୍କଦ୍ୱାରା ବ୍ୟବହୃତ ହେଉଅଛି । ତମାଖୁ ବିଷାକ୍ତ ଦ୍ରବ୍ୟ ହେତୁ ତାହାର ବ୍ୟବହାରଦ୍ୱାରା ଅର୍ଥବ୍ୟୟ ସଙ୍ଗେ ଶରୀରର ଅନେକ ଅପକାର ସାଧିତ ହେଉଅଛି । ସର୍ବସାଧାରଣଙ୍କ ଉପକାର କାମନାରେ ତମାଖୁର ମନ୍ଦଗୁଣର ବିବରଣ ନିମ୍ନରେ ପ୍ରକାଶ କରାଯାଉଅଛି ।

ତମାଖୁ, ବେଲଡୋନା ଓ ଧୁତୁରା ପ୍ରଭୃତି ବିଷ ଧର୍ମୀ ଉଦ୍ଭିଦ ଜାତିର ଅନ୍ତର୍ଗତ । ତମାଖୁ ସିଦ୍ଧଜଳ ଏବଂ ତମାଖୁ ନିଃସୃତ ତୈଳ ତୀବ୍ର ହଳାହଳ ଅଟେ, ଜଣେ ୟୁରୋପୀୟ ଡାକ୍ତର ଗୋଟାଏ କୁକୁରର ଗଳଦେଶସ୍ଥ କୌଣସି ଏକ ଶିରାରେ ଛୋଟଗୋଟି ଛିଦ୍ରକରି ତହିଁରେ ପ୍ରଥମେ ହୁଗସାର ତପରେ ଅନ୍ତ୍ରଫଳର ପିଚକାରୀ ଦେଇଥିଲେ; ତହିଁରେ କୁକୁରର ଦୈହିକ କ୍ରିୟାର ବ୍ୟତିକ୍ରମ ଦେଖାଗଲା ନାହିଁ, କିନ୍ତୁ ଉକ୍ତ ଶିରାରେ ଏକବିନ୍ଦୁ ତମାଖୁ ତୈଳ ପ୍ରବେଶ କରାଇ ଦେବାରୁ କୁକୁରଟି ଦୁଇପଲ ସମୟ ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରାଣତ୍ୟାଗ କଲା । କୁକୁରର

କଲଗୁ ଭିତରେ ଯେଉଁ କାଣ୍ଡି ଦେଖାଯାଏ ତହିଁରେ ତମା-ଖୁର ତୈଳାଂଶ ଥାଏ, ତାହା ବଷ୍ଟର କାର୍ଯ୍ୟ କରେ । କାଫ୍ରି-ମାନେ ତମାଖୁର କାଣ୍ଡି ପ୍ରୟୋଗକରି ସର୍ପନାଶ କରିଥାନ୍ତି ।

ତମାଖୁର ଧୂମପାନକଲେ ଅଗ୍ନିମାନ୍ଦ୍ୟ ଜାତହୁଏ । କ୍ଷୁଧା ସମୟରେ ଧୂମପାନ କଲେ କ୍ଷୁଧା ସହିତ ଦେହର ବଳ ମଧ୍ୟ କେତେକକ୍ଷଣ ସକାଶେ ତିରୋହିତ ହୁଏ, ପିପାସା ବଢ଼େ, ଶରୀରର ପୋଷଣ କ୍ରିୟାରେ ବାଧା ଘଟେ, ଦେହ ଶୀର୍ଣ୍ଣ, ଦୁର୍ବଳ ଏବଂ ପାଣ୍ଡୁବର୍ଣ୍ଣ ହୁଏ, ବିବିଧ ସ୍ନାୟୁଶୂଳ ଜାତକରେ; ପିତ୍ତ ପ୍ରଧାନ ଧାତୁର ଲୋକମାନେ ଧୂମପାନ କଲେ ସମୟେ ସେମାନଙ୍କର ଭେଦ ଓ ବମନ ହୁଏ । ଧୂମପାନ ହେତୁ ନିଶା ହେଲେ କ୍ରମରେ ଶିରୋଘୂର୍ଣ୍ଣନ, ଶାରୀରିକ ଅବସାଦନ, ପେଶି ସମୂହର ଶୈଥିଲ୍ୟ, ନାଡ଼ି ଦୌର୍ବଲ୍ୟ, ଘର୍ମ, ଶରୀରର ଶୀତ-ଳତା ପ୍ରଭୃତି ସାଙ୍ଘାତିକ ଲକ୍ଷଣମାନ ପ୍ରକାଶ ହୁଏ ।

ବାୟୁ ପ୍ରଧାନ ଧାତୁର ଲୋକମାନେ ଧୂମପାନ କଲେ ଅଧିକ-ତର ନିଶା; ମୂର୍ଚ୍ଛା-ଏମନ୍ତ କି ମୃତ୍ୟୁ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଘଟିଥାଏ; କାରଣ ଉକ୍ତ ଧାତୁର ଲୋକମାନଙ୍କ ଚଞ୍ଚଳ ସ୍ନାୟୁ ମଣ୍ଡଳର କ୍ରିୟା, ତମାଖୁର ଅକ୍ଷେମ ନିବାରକ ଗୁଣରେ ଏକାବେଳକେ ମନ୍ଦୀ-ଭୂତ ହୋଇପଡ଼େ ।

ତମାଖୁ ସେବକଦ୍ୱାରା ସ୍ମୃତିଶକ୍ତି ହ୍ରାସ ହେବାର ଦେଖା-ଯାଏ । ତମାଖୁର ଅବସାଦକ ଓ ମାଦକତା ଗୁଣରେ ମସ୍ତିଷ୍କ ଓ ସ୍ନାୟୁମଣ୍ଡଳ କ୍ଷୀଣ ହୋଇପଡ଼େ, ତେଣେବେଳେ ସେହି

ମସ୍ତିଷ୍କ ଓ ସ୍ନାୟୁମଣ୍ଡଳର ସ୍ୱାଭାବିକ କ୍ରିୟାର ମଧ୍ୟ ବ୍ୟତିକ୍ରମ ଘଟେ, ପାକଯନ୍ତ୍ର ସହିତ ମସ୍ତିଷ୍କର ଅତି ନିକଟ ସମ୍ବନ୍ଧ । ତମାଖୁ ଚର୍ବଣ ବା ତହିଁର ଧୂମପାନ ଅଥବା ନସ୍ୟଗ୍ରହଣ ହେତୁ, ପାକଯନ୍ତ୍ର ଦୂଷିତ ହେଲେ ମସ୍ତିଷ୍କରେ ତହିଁର କ୍ରିୟା ପ୍ରତିଫଳିତ ହୁଏ । ଏହି କାରଣରୁ ତମାଖୁ ଭକ୍ତମାନଙ୍କର ସ୍ମୃତିଶକ୍ତି ହ୍ରାସ ହୁଏ । ସେହିପରି ଲୋକମାନେ ମୁହୂର୍ମୁହୁ ତମାଖୁ ସେବନ ନ କଲେ ଧାରବାହିକରୂପେ ସଙ୍କଳିତକରି କୌଣସି କଥା କହିପାରନ୍ତି ନାହିଁ ।

ତମାଖୁ ସେବନହେତୁ ଆସ୍ୱାଦନର ବ୍ୟତିକ୍ରମ ଘଟେ । ତମାଖୁ ସେବନ ନ କରୁଥିବା ଲୋକ ଯେଉଁ ଖାଦ୍ୟକୁ ସୁସ୍ୱାଦୁ ବୋଧକରେ, ତମାଖୁଭକ୍ତ ତାହାକୁ ବିସ୍ୱାଦୁଖାଦ୍ୟ ମନେକରେ, ବାରମ୍ବାର ତମାଖୁ ସେବନ ହେତୁ ସେମାନଙ୍କ ମୁଖଗହ୍ୱରର ଶ୍ଳେଷ୍ମାତ୍ମକ ଝିଲ୍ଲି ଓ ରସନାର ସ୍ନାୟୁସମୂହ ଅବସାଦଯୁକ୍ତ ହୋଇ ଥିବାରୁ ଅଧିକଉଗ୍ର, ମିଷ୍ଟ, ଅମ୍ଳ ବା ଅଧିକ ମଶଲାଯୁକ୍ତ ନ ହେଲେ କୌଣସି ପଦାର୍ଥ ସେମାନଙ୍କ ରସନାରେ ସୁସ୍ୱାଦୁ ବୋଧ ହୁଏ ନାହିଁ, ଏହା କି ଅଳ୍ପ ଅନୁତାପର ବିଷୟ !

ଚିକିତ୍ସକମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ଅନେକେ ଅନୁମାନ କରନ୍ତି ଯେ, ଶୋକ ଓ ମନସ୍ତାପ, ହୃତ୍ସ୍ପନ୍ଦନର କାରଣ ହେଲେ ସୁଦ୍ଧା ତମାଖୁ ସେବନ ହେତୁ ପାକଯନ୍ତ୍ର ଦୂଷିତ ହୋଇ ଏହି ରୋଗ ଜାତ ହୁଏ, ଅନ୍ୟଥା ହୁଏ ନାହିଁ । ତମାଖୁର ମାଦକତା ଗୁଣ ହେତୁ ହୃତ୍ପିଣ୍ଡର ପେଶୀସମୂହ ଶିଥିଳ ହୋଇ ରକ୍ତ ସଞ୍ଚାଳନ କାଳରେ ବିଶେଷ ସ୍ପନ୍ଦିତ ହୋଇଥାଏ । ଧୂମପାନ ହେତୁ

ଅନ୍ନର ମଧ୍ୟ ଅନେକ ରୋଗ ଜାତ ହୁଏ । ଜଣେ ବିଚକ୍ଷଣ ଚିକିତ୍ସକ କହିଅଛନ୍ତି, ଦୀର୍ଘକାଳ ଧୂମପାନକର କାସ ରୋଗରେ ପୀଡିତ ହୋଇ ନ ଥିବା ଲୋକ କୁତ୍ରାପି ଦେଖାଯାଇ ନାହିଁ ; ତମାଖୁର ଅବସାଦକ ଗୁଣରେ ବାୟୁ କୋଷସ୍ଥିତ ବାୟୁସମୂହ ଯେତେବେଳେ ଅତିଶୟ ଦୁର୍ବଳ ଏବଂ ଶ୍ଳେଷ୍ମାଯୁକ୍ତ ଝିଲ୍ଲି ଶିଥିଳ ହୋଇ ପଡ଼େ, ସେତେବେଳେ ଉତ୍କାସ ଉପସ୍ଥିତ ହୋଇ ଉକ୍ତ ଯନ୍ତ୍ର, ବାୟୁପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇ ଯଥାଯଥ ପରିମାଣରେ ବିବୃତ ହୋଇପାରେ ନାହିଁ ; ସୁତରାଂ ତାହାର ସୂକ୍ଷ୍ମ କୋଷିକାର କୌଣସି ସ୍ଥାନ ଛିନ୍ନ ହୋଇଯାଏ । ସେହି ଛିନ୍ନଭାଗ କ୍ରମରେ କ୍ଷତରୂପରେ ପରିଣତ ହୋଇ ଦୁଷ୍ଟିକିତ୍ସ୍ୟ, ଶୀଘ୍ର ସଂହାରକାରକ କ୍ଷୟକାଶ ନାମକ ଭୟଙ୍କର ରୋଗକୁ ଜାତ କରେ । ବିଭିନ୍ନ ବ୍ୟକ୍ତିର ହୁକ୍କା ବା ପିକାରେ ତମାଖୁ ସେବନ କଲେ ଅନେକ ପ୍ରକାର ସଂକ୍ରାମକରୋଗରେ ଆକ୍ରାନ୍ତ ହେବାକୁ ପଡ଼େ ।

ଯେଉଁମାନେ ଅଭ୍ୟାସବଶତଃ ଧାରାବାହିକରୂପେ ଅନେକବର୍ଷ ଯାଏ ଧୂମପାନ କରନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କର ଫୁସ୍ ଫୁସ୍‌ରୁ ସାଇଁ ସାଇଁ ଶବ୍ଦ ନିର୍ଗତ ହୁଏ । ସେପରି ଲୋକମାନେ ଅଧିକକ୍ଷଣ ଦମ୍ଭରଖି ପାରନ୍ତି ନାହିଁ, ଘନ ଘନ ନିଶ୍ୱାସ ତ୍ୟାଗ କରନ୍ତି । ଘନଶ୍ୱାସୀ ଲୋକ ଅଳ୍ପାୟୁ ହେବା ସ୍ୱତଃସିଦ୍ଧ କଥା । ଧୂମପାନ ହେତୁ ଶ୍ୱାସ କୃଚ୍ଛ୍ର ରୋଗରେ ପୀଡ଼ିତ ହୋଇଥିବା ଲୋକମାନେ ବେଶୀବେଳେ ଚାଲି ପାରନ୍ତି ନାହିଁ । ଏକସମୟରେ ୨୦।୩୦ ଟି କଥା କହିବାକୁ ହେଲେ ୧୦।୧୫ ଥର ଖୁଁ ଖୁଁ କରି କାସିଥାନ୍ତି ।

ଧୂମପାନର ଅଭ୍ୟାସ କରିବାରେ ଆଉ ଗୋଟିଏ ପ୍ରଧାନ ଦୋଷଅଛି । ଯେଉଁମାନଙ୍କର ଧୂମପାନର ଅଭ୍ୟାସ ନାହିଁ,

ସେପରି ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ଏକାଦିକ୍ରମେ ଅକ୍ଳାନ୍ତ ୨।୬ ଘଣ୍ଟାକାଳ ପରିଶ୍ରମ କରିପାରିବେ ।—ସହସା କ୍ଲାନ୍ତ ହୋଇ ପଡ଼ିବେ ନାହିଁ; କିନ୍ତୁ ଧୂମପାୟୀମାନେ ତମାଖୁ ସେବନ ନ କରି ଧୀରବାହକ-ରୂପେ ଅଧିକ କ୍ଷଣ ପରିଶ୍ରମ କରି ପାରିବେ ନାହିଁ, ମଦ୍ୟାଦି ମାଦକ ଦ୍ରବ୍ୟ ଶରୀରର ତାପ ଉତ୍ପାଦକ, କିନ୍ତୁ ତମାଖୁ ଅବ-ସାଦକ । ତଦ୍ୱାରା ତାପର ହ୍ରାସ ଛଡ଼ା ବୃଦ୍ଧି ହୁଏ ନାହିଁ । ଅଧିକ-ଶ୍ରମ କଲାପରେ ଧୂମପାନ କଲେ ଯେ କିଛି ବିଶ୍ରାମ ବୋଧ-ହୁଏ, ଅବସାଦକ ଗୁଣ ତହିଁର ପ୍ରଧାନ କାରଣ । ତମାଖୁ ସାହାଯ୍ୟରେ ଅସ୍ୱାଭାବିକରୂପେ ବିଶ୍ରାମ ଲାଭ କରିବା ବୁଦ୍ଧିବେ-ତାର କାର୍ଯ୍ୟ ନୁହେଁ ।

'ଭାବପ୍ରକାଶ' ନାମକ ବିଖ୍ୟାତ ବୈଦ୍ୟକ ଗ୍ରନ୍ଥରେ ଧୂମ-ପାନ ସମ୍ବନ୍ଧେ ଲିଖିତ ଅଛି ଯେ,—

"ସଦ୍ୟଃ ଶ୍ଳେଷ୍ମାକରୋ ଧୂମୋ ନୈବଦ୍ୟୋ ରହତୋ ଭୃଶଂ
ଶିରୋ ଗୌରବ କୃଚ୍ଛାପି ବାତପିତ୍ତ ପ୍ରକୋପଯେତ୍"

"ଧୂମପାନ କଲେ ସଦ୍ୟ ଶ୍ଳେଷ୍ମା ଜାତହୁଏ, ନେତ୍ରର ଅତ୍ୟନ୍ତ ଅପକାର ସାଧିତ ହୁଏ, ମସ୍ତକ ଭାର ବୋଧହୁଏ ଏବଂ ବାତ ପିତ୍ତର ପ୍ରକୋପ ହୁଏ ।"

ତମାଖୁର ବିରେଚକ ଶକ୍ତି ଥିବାରୁ ଅନେକଲୋକ ଶୌଚ ସକାଶେ ଯିବା ପୂର୍ବରୁ ତମାଖୁ ଚର୍ବଣ ବା ତହିଁର ଧୂମପାନ କରିଥାନ୍ତି, ଏପରି କରିବାଦ୍ୱାରା ପ୍ରଥମତଃ କିଛିଦିନ ଉପକାର ହୁଏ, କିନ୍ତୁ ଏପରି କରିବାର ଅଭ୍ୟାସ ହୋଇଗଲାରୁ ପଛକୁ କିଛିମାତ୍ର ଉପକାର ଦର୍ଶେ ନାହିଁ, ବରଂ "କୋଷ୍ଠକାଠିନ

ବାୟୁ ” ନାମକ ଆଉ ଗୋଟିଏ ରୋଗ ଜାତ ହୋଇଥାଏ । ତମାଖୁ ଚର୍ବଣ କଲେ ଅଧିକ ପରିମାଣରେ ଲାଳା କ୍ଷରିତ ହୁଏ । ଲାଳା ଅନ୍ନାଦ ପରିପାକର ପ୍ରଧାନ ଉପକରଣ, ତାହା ବୃଥାରେ ବ୍ୟୟିତ ହେଲେ ପରିପାକକ୍ରିୟାରେ ବାଧା ଜନ୍ମିଥାଏ ।

ଦନ୍ତମୂଳ ଦୃଢ଼ ହେବା ଆଶାରେ ଅନେକଲୋକ ତମାଖୁ-ଚୂର୍ଣ୍ଣ ବା ପୋଡ଼ା ଗୁଡ଼ାଖୁର ଚୂର୍ଣ୍ଣ ଦ୍ୱାରା ଦନ୍ତ ମାର୍ଜନା କରନ୍ତି; କେହି କେହି ବା ତମାଖୁ ଚର୍ବଣ କରନ୍ତି, କିନ୍ତୁ ଡାକ୍ତର-ମାନେ ପରୀକ୍ଷାକରି ଦେଖି ଅଛନ୍ତି ଯେ ତମାଖୁଦ୍ୱାରା ଦନ୍ତର ଉପକାର ପରିବର୍ତ୍ତେ ଅପକାର ହୋଇଥାଏ । ମାଢ଼ି ବା ଦନ୍ତ-ମୂଳ ଦୃଢ଼ଥିଲେ ଦନ୍ତ ଦୃଢ଼ଥାଏ । ତମାଖୁ ସେବନ ହେତୁ ଯେତେବେଳେ ମାଂସପେଶୀ ଶିଥିଳ ହୋଇଯାଏ, ସେତେ-ବେଳେ ଦନ୍ତମାନେ ମଧ୍ୟ ଶ୍ଳଥମୂଳ ହୋଇଯାଆନ୍ତି । ପାରଦ-ସେବନ, ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱଶ୍ଳେଷ୍ମା ବା ପୁରାତନ ଉଦରାମୟ ପ୍ରଭୃତି କାର-ଣରୁ ମାଢ଼ି ଶିଥିଳ ହେଲେ ତମାଖୁଦ୍ୱାରା ତାହାର ପ୍ରତିକାର ଚେଷ୍ଟା ନ କରି ନିମ୍ବ, ବକୁଳ ଓ ଖଦିରାଦି କାଷ୍ଠରେ ଦନ୍ତ ଧାବନ କଲେ ଏବଂ କଷାୟ ଜଳରେ ମୁଖଧୌତ କଲେ ପ୍ରକୃତ ଉପକାରର ସମ୍ଭାବନା । ତମାଖୁର ଅବସାଦକ ଗୁଣରେ ଦନ୍ତ-ମୂଳର ସ୍ନାୟୁସମୂହ ନିସ୍ତେଜ ହୋଇ ଯିବାରୁ କେତେକକ୍ଷଣ କ୍ଷତଜନିତ ଯନ୍ତ୍ରଣା ସ୍ଥଗିତଥାଏ ସତ୍ୟ, କିନ୍ତୁ ଏପରି ବିଷମୟ ସାମଗ୍ରୀର ପରିବର୍ତ୍ତରେ ଅନ୍ୟ ଔଷଧ ବ୍ୟବହାର କରିବା ସର୍ବତୋ-ଭାବରେ କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ।

ଶୁଷ୍କକାସ, ହୃଷ୍ଟିକ୍ରା ଓ ଅପରିମିତ ତମାଖୁ ସେବନ, ଏ ପ୍ରତ୍ୟେକଙ୍କ “ ସ୍ନାୟୁଦୌର୍ବଲ୍ୟ ” ନାମକ ରୋଗର ଉତ୍ପାଦକ ।

ବିଖ୍ୟାତନାମା ଚିକିତ୍ସକମାନଙ୍କ ମତରେ 'ଧୂମ୍ରପାନଜନିତ' ସ୍ନାୟୁ-ଦୌର୍ବଲ୍ୟରୋଗ ନାନାବିଧ ଔଷଧ ପ୍ରୟୋଗରେ ମଧ୍ୟ ଉପଶମିତ ହୁଏନାହିଁ ।

ନସ୍ୟର ଭସ୍ମ ବ୍ୟବହାର କଲେ ନାସିକାର 'ଶ୍ଳେଷ୍ମାତ୍ମକ ଝିଲ୍ଲି'ରେ ପ୍ରଦାହ ଜନ୍ମେ, ସୁତରାଂ ଅବିରତ ତାହାର ଗାତ୍ରରୁ ଶୋଣିତର ଜଳୀୟାଂଶ ଶ୍ଳେଷ୍ମାରୂପରେ ନିଃସୃତ ହୋଇଥାଏ । ନସ୍ୟ ସେବନ କଲେ ଆଘ୍ରାଣସ୍ନାୟୁର କ୍ରିୟା ମନ୍ଦହୋଇଯାଏ । ଏହି କାରଣରୁ ଅଳ୍ପ ଦୁର୍ଗନ୍ଧ ବା ଅଳ୍ପ ସୁଗନ୍ଧ, ନସ୍ୟସେବିମାନଙ୍କ ନାସିକାଗ୍ରାହ୍ୟ ହୁଏ ନାହିଁ । ନସ୍ୟ ବହୁକାଳ ବ୍ୟବହାର କଲେ ତାଲୁର ପ୍ରାନ୍ତସ୍ଥ ମାଂସପେଶୀ ସବୁ ଶିଥିଳ ହୁଏ, ଏହେତୁ ସେମାନଙ୍କର ଅନୁନାସିକ ବର୍ଣ୍ଣର ଉଚ୍ଚାରଣକ୍ଷମତା ଲୋପପାଏ । ଅତିରିକ୍ତ ନସ୍ୟ ବ୍ୟବହାର କଲେ ତହିଁର କେତେକ ଅଂଶ ଗଳନଳୀବାଟେ ଆମାଶୟକୁ ଯାଏ ଏବଂ ମନ୍ଦାଗ୍ନି ଓ ରକ୍ତାମାଶୟ ରୋଗକୁ ଜନ୍ମାଏ । ଭୁବନବିଖ୍ୟାତ ନେପୋଲିୟନ ବୋନାପାର୍ଟ ଅପରିମିତ ନସ୍ୟ ବ୍ୟବହାର କରୁଥିବା ହେତୁ ରକ୍ତାମାଶୟ ରୋଗରେ ଆକ୍ରାନ୍ତହୋଇ ପ୍ରାଣତ୍ୟାଗ କରିଥିଲେ । ଯେଉଁ ନେପୋଲିୟନ ବୋନାପାର୍ଟ ପ୍ରାୟ ସମଗ୍ର ଇଉରୋପ ଜୟ କରିଥିଲେ, ସେ ସାମାନ୍ୟ ନସ୍ୟ ନିକଟରେ ପରାଭୂତ ହୋଇ ପ୍ରାଣ ହରାଇ ଥିଲେ ! !

ଡାକ୍ତର ଏଡ୍‌ଉନ୍, ପି, ଗ୍ରିପନ ବାରବର୍ଷକାଳ ତମାଖୁ ସେବନ କରି ଏବଂ ବହୁକାଳ ତତ୍ସମ୍ବନ୍ଧରେ ନାନାବିଧ ପରୀକ୍ଷା କରି ନିମ୍ନଲିଖିତ ମତ ପ୍ରକାଶ କରିଅଛନ୍ତି ; ଯଥା,—

୧ —ଅଧିକକାଳ ତମାଖୁ ବ୍ୟବହାର କଲେ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟହ୍ରାସ ହୁଏ

ଏବଂ ଯେଉଁମାନେ ଅଧିକ ତମାଖୁ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତି ସେମାନେ ବେଶି ଭୋଜନ କରି ପାରନ୍ତି ନାହିଁ।

୨—ତମାଖୁ ସେବନ ହେତୁ ପରିପାକଶକ୍ତି ହ୍ରାସ ହୁଏ ଏବଂ ତାହା ହେତୁରୁ ଅନ୍ନ ଓ ପାକଯନ୍ତ୍ର ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ନାନାପ୍ରକାର ରୋଗର ଉତ୍ପତ୍ତି ହୋଇ ଥାଏ ।

୩—ଅଧିକକାଳ ତମାଖୁ ସେବନ କଲେ ମୁଖ ଓ ଗଳା ଫୁଲିଉଠେ, ଏ ହେତୁ ସ୍ୱରର ସ୍ୱାଭାବିକ ମାଧୁର୍ଯ୍ୟ ନଷ୍ଟ ହୁଏ । ଯେଉଁମାନେ ବେଶି ତମାଖୁ ସେବନ କରନ୍ତି ସେମାନେ ପ୍ରାୟ ଭଲ ଗାୟକ ହୋଇ ପାରନ୍ତି ନାହିଁ।

୪—ତମାଖୁ ଖାଇଲେ ହୃଦଯନ୍ତ୍ରର କାର୍ଯ୍ୟ ସୁଚାରୁ ରୂପେ ଚଳେ ନାହିଁ ଏବଂ ହୃଦ୍‌ରୋଗ ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ।

୫—ତମାଖୁ ବ୍ୟବହାର ହେତୁ ସ୍ନାୟବିକ ରୋଗସମୂହ ଜାତ ହୁଏ, ମନ ନିସ୍ତେଜ ହୋଇ ପଡ଼େ ଏବଂ ସ୍ମରଣଶକ୍ତି ଦୁର୍ବଳ ହୋଇଯାଏ।

୬—ତମାଖୁ ସେବନ କଲେ ଦର୍ଶନ ଓ ଶ୍ରବଣଶକ୍ତିର ହ୍ରାସ ହୁଏ। କଞ୍ଚାତମାଖୁ ଚର୍ବଣ କଲେ ଦର୍ଶନ ଓ ଶ୍ରବଣଶକ୍ତିର ଅଧିକ ଅନିଷ୍ଟ ହୁଏ ।

୭—ତମାଖୁ ବ୍ୟବହାର କଲେ ଅଙ୍ଗ ପ୍ରତ୍ୟଙ୍ଗ ଯଥାଯୋଗ୍ୟ ରୂପେ ବର୍ଦ୍ଧିତ ହୁଏ ନାହିଁ, ଏବଂ ଶରୀରରେ ବଳସଞ୍ଚାର ହୁଅଇ ନାହିଁ । ଯେଉଁମାନେ ବଳବାନ୍ ହେବାକୁ ଇଚ୍ଛା

କାରଣ ସେମାନଙ୍କର ତମାଖୁ ବ୍ୟବହାର ପ୍ରତ୍ୟାଖ୍ୟାନ କରିବା ଉଚିତ ।

୮—ଅଳ୍ପ ବୟସ୍କ ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କ ପକ୍ଷେ ତମାଖୁ ବିଷତୁଲ୍ୟ, ଯୁବକମାନଙ୍କର ମସ୍ତିଷ୍କକୁ ବିକୃତ ଏବଂ ତେଜୋହୀନ କରିବା ବିଷୟରେ ତମାଖୁ ବଡ଼ ତତ୍ପର ।

୯—ତାମ୍ରକୂଟ ସେବନ କରିବା, ସମୟ ଏବଂ ଅର୍ଥ ସାପେକ୍ଷ । ତମାଖୁସେବୀ ଅନ୍ୟର ଅସୁଖର କାରଣ ହୋଇ ଉଠେ । ତାମ୍ରକୂଟ ପରିପୂର ମୁଖନିଃସୃତ ଧୂମରେ ତମାଖୁ-ସେବନ କରୁ ନ ଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ମାନେ ବ୍ୟତିବ୍ୟସ୍ତ ହୋଇ ପଡ଼ନ୍ତି ।"

ଡାକ୍ତର କକ୍କୋଏଷ୍ଟ୍ର ଆପଣା ଜୀବନର ଅଧିକାଂଶ ସମୟ ଚିକିତ୍ସା ବ୍ୟବସାୟରେ ଅତିବାହିତ କରିଅଛନ୍ତି । ସେ କହନ୍ତି "ଦୁଃସାଧ ଅଜୀର୍ଣ୍ଣ ରୋଗ ଏବଂ ଉଦର ଓ ଯକୃତସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ଯାବତୀୟ ଅସାଧ ରୋଗ ପ୍ରାୟ ତମାଖୁ ବ୍ୟବହାର ହେତୁ ଜାତ ହୋଇଥାଏ ।"

ଆର, ଡି, ଗ୍ରିନ ଡର୍ଜ କହନ୍ତି "ଅଫିମ, ମଦ ଓ ତମାଖୁର ଉପକ୍ଷାର ମନୁଷ୍ୟ ଶରୀରରେ ପ୍ରବେଶ କଲେ ତଦ୍ଦ୍ୱାରା ସ୍ନାୟୁ ମଣ୍ଡଳର ସମୂହ ଅନିଷ୍ଟ ସାଧିତ ହୁଏ ।"

ଗିବ୍‌ନନ ଓ ଗ୍ରିକଷ୍ଟ୍ରଡ ନାମକ ଡାକ୍ତର ଦ୍ୱୟ ଏକମତ ହୋଇ କହିଅଛନ୍ତି ଯେ "ଅଜୀର୍ଣ୍ଣରୋଗର ଅନ୍ୟାନ୍ୟ କାରଣ ଥିଲେ ମଧ୍ୟ ଅତିରିକ୍ତ ଧୂମପାନ ଏବଂ ନସ୍ୟ ଗ୍ରହଣ ଯେ ତହିଁର ପ୍ରଧାନ କାରଣ, ଏଥିରେ ଲବମାତ୍ର ସନ୍ଦେହ ନାହିଁ ।"

ଡାକ୍ତର ଦୁର୍ଗାଦାସ କର ତାଙ୍କ ପ୍ରଣୀତ "ଭୈଷଜ୍ୟରତ୍ନାବଳୀ" ଗ୍ରନ୍ଥରେ ଲେଖିଅଛନ୍ତି "ତମାଖୁ ବର୍ଷର ୨୮ ଟୋପାରେ ବୃଦ୍ଧବୃଦ୍ଧସ୍ତ୍ରୀ-ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ମୃତ୍ୟୁମୁଖରେ ପଡ଼ିଥାନ୍ତି ।"

ତମାଖୁର ଧୂମମିଶ୍ରିତବାୟୁ ସେବନରେ ସାଧାରଣଙ୍କର ଅସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ହୁଏ, ଏଥି ପାଇଁ ଯୁକ୍ତରାଜ୍ୟର ପ୍ରସିଦ୍ଧନଗର ବୋଷ୍ଟନର ରାଜପଥରେ ତମାଖୁ ସେବନକରିବାର ନିଷେଧ ବିଧି ପ୍ରଚଳିତ ହୋଇଅଛି ।

ତମାଖୁ ସେବନକାରୀମାନଙ୍କ ମୁଖରୁ ଉତ୍କଟ ଗନ୍ଧ ବାହାରେ । ତମାଖୁର ଧୂମ ଚକ୍ଷୁରେ ଲାଗିଲେ ଏକପ୍ରକାର ଚକ୍ଷୁରୋଗ ଜାତ ହୋଇ ଦର୍ଶନଶକ୍ତି ହ୍ରାସକରେ ।

ତମାଖୁର ଅପକାରିତା ହୃଦୟଙ୍ଗମ କରି ପାରିଥିବା ହେତୁ ଭୁବନବିଖ୍ୟାତ ମାନନୀୟ ଗ୍ଲାଡ଼ଷ୍ଟୋନସାହେବ ନିଜ ଜୀବନରେ ତମାଖୁ ଆଦୌ ବ୍ୟବହାର କରି ନାହାନ୍ତି ।

ଅନେକଙ୍କମତରେ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ମଦକଦ୍ରବ୍ୟ ତୁଳନାରେ ତମାଖୁ କିଛି ନହେ ଅର୍ଥାତ୍ ତମାଖୁକୁ ମାଦକଦ୍ରବ୍ୟ ବୋଲିଯାଇ ନ ପାରେ ବା ତମାଖୁ ନାମ ମାତ୍ର ମାଦକଦ୍ରବ୍ୟ । କିନ୍ତୁ ଦ୍ରବ୍ୟଗୁଣବିତ୍ ଶରୀରତତ୍ତ୍ୱଜ୍ଞ ପଣ୍ଡିତବର୍ଗଙ୍କ ବିବେଚନାରେ ତମାଖୁ ବଡ଼ ଭୟଙ୍କର ମାଦକଦ୍ରବ୍ୟ । 'ତମାଖୁକୁ ଅଫିମର ପ୍ରାଣାଧିକ ମିତ୍ର, ଗଞ୍ଜେଇର କନିଷ୍ଠଭ୍ରାତା ଓ ସୁରା ରାକ୍ଷସୀର ପିତା ବୋଲି ରୂପକ କଲେ ମଧ୍ୟ ଅସଙ୍ଗତ ହେବ ନାହିଁ । ଡାକ୍ତର ରିଚାର୍ଡସନ୍ ବହୁ ପ୍ରମାଣ ପ୍ରଦର୍ଶନକରି ସ୍ୱପ୍ରଣୀତ ଗ୍ରନ୍ଥ ମଧ୍ୟରେ ଲେଖିଅଛନ୍ତି "ତମାଖୁ ସୁରାସମ ଶ୍ରେଣୀର ମାଦକ ଏବଂ

ତାହାର ଉପାଦାନମାନେ ଏକପ୍ରକାର ନାଶା ଦୋଷର ମଧ୍ୟରେ ପରିଗଣିତ ।'

ଉପରୋକ୍ତ ପ୍ରମାଣବଚନମାନଙ୍କଦ୍ୱାରା ସୁସ୍ପଷ୍ଟ ପ୍ରତିପନ୍ନ ହେଉଅଛି ଯେ, ତମାଖୁ ଯେ କୌଣସି ପ୍ରକାରେ ବ୍ୟବହାର କଲେ ସ୍ନାୟୁ ଦୌର୍ବଲ୍ୟ, ଘ୍ରାଣ ଓ ସ୍ମୃତି ଶକ୍ତିର ହ୍ରାସ, ଅସାଧନର ବ୍ୟତିକ୍ରମ, ହୃତ୍ସ୍ପନ୍ଦନ, କାଶ, ଯକ୍ଷ୍ମା, ଶ୍ୱାସ, କୁଷ୍ଠ, ଦୈହିକତାପହାନି, ମୁଖ ଦୁର୍ଗନ୍ଧଯୁକ୍ତ, ଦନ୍ତ ଶ୍ଳଥମୂଳ ହୁଏ, ତହିଁ ସକାଶ ଅନେକ ସମୟ ଏବଂ ଅର୍ଥ ମଧ୍ୟ ନଷ୍ଟ ହୁଏ, ଶରୀର ବୃଦ୍ଧିରେ ବାଧା ଘଟେ, ଏବମ୍ବିଧ ଅନେକ ଅନିଷ୍ଟ ଘଟୁଥିବାସ୍ଥଳେ, ତମାଖୁ ସେବନରେ ପ୍ରବୃତ୍ତହେବା ସୁବିବେଚକ ଜନର କାର୍ଯ୍ୟ ନୁହେଁ, ଅତଏବ ନିଜେ ଉକ୍ତ ମନ୍ଦ ଅଭ୍ୟାସ ପରିତ୍ୟାଗ କରି ଆମର ଗୃହର ଅପର ଲୋକମାନେ ତମାଖୁ ବ୍ୟବହାର କରି ନ ପାରିବା ଏବଂ ବ୍ୟବହାର କରୁଥିବା ଲୋକମାନେ ତହିଁରୁ ବିରତ ହେବା ବିଷୟରେ ସମୁଚିତ ଚେଷ୍ଟା ଓ ସତର୍କତା ଅବଲମ୍ବନ କରିବା ସମସ୍ତଙ୍କର କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ।

ଧୂଆଁ ପତ୍ରଦ୍ୱାରା ନସ୍ୟ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୁଏ ବୋଲି ତାହାର ଅପର ନାମ ନାସପତ୍ର, ମାତ୍ର ଧୂଆଁ ପତ୍ର ଶରୀର ନାଶରେ ସକ୍ଷମ ଥିବା-ହେତୁ ଦନ୍ତ୍ୟ 'ସ' ଠାରେ ତାଲବ୍ୟ 'ଶ' ହେବା ଅର୍ଥାତ୍ ଧୂଆଁ ପତ୍ରର ଅନ୍ୟ ନାମ ନାଶପତ୍ର ହେବା ଉଚିତ ।

ସମାପ୍ତ ।

ବିଜ୍ଞାପନ ।

ନିମ୍ନୋକ୍ତ ପୁସ୍ତକସବୁ କଟକ ପ୍ରିଣ୍ଟିଂକମ୍ପାନୀଙ୍କ ପୁସ୍ତକ-ଦୋକାନରେ ମିଳେ । ଅଧିକସଂଖ୍ୟକ ପୁସ୍ତକ କିଣିଲେ ଯଥେଷ୍ଟ କମିଶନ ଦିଆଯାଏ । କୁମାରସମ୍ଭବ, ନାଷ୍ଟକେଲଗୃହ, ସଫଳଜୀବନ, କାନ୍ଥ, କୁଣ୍ଡିଆ ଓ ଯାଦୁ ରୋଗର ଚିକିତ୍ସା ଉଦ୍‌ବୋଧିନୀ, ଜାତୀୟଗୀତ, ଦେବୀବନ୍ଦ, ପଣକିଆଶିକ୍ଷା, ଶିରୋ-ରୋଗ ଚିକିତ୍ସା, ପ୍ରତିପୁସ୍ତକର ମୂଲ୍ୟ ଦୁଇପଇସା ।

ଅରଣ୍ୟ ଗୃହ, ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣମନ୍ଦିର, ଉତ୍କଳ ଜାତୀୟଗୀତ, ସଦୁକ୍ତିସଂଗ୍ରହ, ସୁନିଦ୍ରା, ମଣିମଞ୍ଜୁଷା, ଲିପି ପ୍ରଣାଳୀ, ଧ୍ୟାନମାଳା, ଇନ୍ଦ୍ରଜାଲ-କୌତୁକ, ଯକ୍ଷ୍ମୋଦବେଗ ମନ୍ତ୍ର, ନିତ୍ୟକର୍ମ, ମୂଲ୍ୟ ପ୍ରତିପୁସ୍ତକର ମୂଲ୍ୟ ତିନିପଇସା ।

ଗ୍ରାମ୍ୟ ଗଣିତ, ନୀତିପାଠ ୧ମ, ନୀତି ପାଠ ୨ୟ, ପଣକିଆ-ମାଳିକା; ପ୍ରାତଃସ୍ମରଣ, ମଦ୍‌ଗମାହାତ୍ମ୍ୟ, ଗୃ—ପାଳ, ପଦ୍ମମଲ୍ଲ, ବୁଧବାର ଏକାଦଶୀ, ପରମାୟୁପ୍ରଦର୍ଶୀ, ସମ୍ରାଟଚରିତ, ଜ୍ଞାନଗଙ୍ଗା ବିସୂଚିକାଚିକିତ୍ସା, ରାମସହସ୍ରନାମ, ଶ୍ଳୋକମୁକ୍ତାବଳୀ, ଦେବୀ-ପୁରାଣ, ବାଳିକାବନ୍ଧୁ, ସମୟର ସଦ୍‌ବ୍ୟବହାର, ବସନ୍ତରୋଗ-ଚିକିତ୍ସା, ବିସୂଚିକାଚିକିତ୍ସା, ସର୍ପବିଷଚିକିତ୍ସା, ବିବିଧବିଷ-ଚିକିତ୍ସା, ମେହରୋଗ ଚିକିତ୍ସା, ମଦନବିନୋଦ ବା ସ୍ତ୍ରୀ ଭୁଲାଇବାର ଉପାୟ, ଅର୍ଥନୀତି, ପ୍ରତିପୁସ୍ତକର ମୂଲ୍ୟ ୦ ।

ପ୍ରବନ୍ଧପୁଷ୍ପାଞ୍ଜଳି, ଭକ୍ତୋଦ୍ଧାରଚରିତ, ଶିକ୍ଷାବିନୋଦ, ସଦ୍‌ଗୁରୁ, ସନ୍ଧ୍ୟାପ୍ରଦୀପ, ନୀତିପୁଷ୍ପାଞ୍ଜଳି ପ୍ରତିପୁସ୍ତକର ମୂଲ୍ୟ ୦।୬।

ରୋଗ ଚିକିତ୍ସା, ବିଚିତ୍ରସଂଗ୍ରହ, ଶିଶୁଚିକିତ୍ସା, ଆଖ୍ୟାନମାଳ, ପ୍ରତିପୁସ୍ତକର ମୂଲ୍ୟ ଦୁଇଅଣା । ନବୀନସମ୍ରାଟ, ଜ୍ୱରଚିକିତ୍ସା ପ୍ରତି ପୁସ୍ତକର ମୂଲ୍ୟ ତିନି ଅଣା, ପାରିବାରିକ ଚିକିତ୍ସା ଚାରିଅଣା ମାତ୍ର ।